

PENGARUH SELF CONFIDENCE TERHADAP PSIKOMOTOR ATLET CLUB BOLA VOLI PAWIT MULYA

Mayang Anjanika Sumarko¹, Kusmiyati², Sugiyono³

^{1, 2, 3}STKIP Darussalam Cilacap, Jl. Raya Karangpucung-Majenang, Cilacap, Jawa Tengah, Indonesia

Email: kusmiyatinsw@yahoo.co.id

Article History

Received: 10-07-2026

Revision: 04-08-2026

Accepted: 08-08-2026

Published: 11-08-2026

Abstract. This study aims to analyze the effect of self-confidence on the psychomotor abilities of Pawit Mulya Volleyball Club athletes. The research was motivated by the continued discovery of athletes who show doubts in performing basic volleyball techniques, which is suspected to be related to low levels of self-confidence. This study used a quantitative approach with a correlational design. The research sample consisted of 14 athletes determined using a saturated sampling technique. Data were collected through self-confidence questionnaires, psychomotor ability observations, interviews, and documentation. Data analysis was carried out using normality tests, simple linear regression analysis, coefficient of determination tests, and t-tests with the help of IBM SPSS Statistics 16.0. The results showed that self-confidence had a significant effect on the psychomotor abilities of athletes with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). The coefficient of determination (R^2) value of 0.984 indicates that self-confidence contributed 98.4% to the variation in athletes' psychomotor abilities, while the rest was influenced by other factors outside the study. Thus, the higher the level of self-confidence an athlete has, the better the psychomotor abilities they demonstrate. These findings indicate that developing psychological aspects, especially self-confidence, needs to be an important part of volleyball athlete development programs.

Keywords: Self-Confidence, Psychomotor Ability, Volleyball Athletes.

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *self confidence* terhadap kemampuan psikomotor atlet Club Bola Voli Pawit Mulya. Penelitian dilatarbelakangi oleh masih ditemukannya atlet yang menunjukkan keraguan dalam melakukan teknik dasar bola voli sehingga diduga berkaitan dengan rendahnya tingkat kepercayaan diri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel penelitian berjumlah 14 atlet yang ditentukan menggunakan teknik sampling jenuh. Data dikumpulkan melalui angket self confidence, observasi kemampuan psikomotor, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan menggunakan uji normalitas, analisis regresi linier sederhana, uji koefisien determinasi, dan uji t dengan bantuan IBM SPSS Statistics 16.0. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self confidence* berpengaruh signifikan terhadap kemampuan psikomotor atlet dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,984 menunjukkan bahwa *self confidence* memberikan kontribusi sebesar 98,4% terhadap variasi kemampuan psikomotor atlet, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat *self confidence* yang dimiliki atlet, semakin baik kemampuan psikomotor yang ditunjukkan. Temuan ini mengindikasikan bahwa pengembangan aspek psikologis, khususnya kepercayaan diri, perlu menjadi bagian penting dalam program pembinaan atlet bola voli.

Kata Kunci: *Self Confidence*, Psikomotor, Atlet Bola Voli.

How to Cite: Sumarko, M. A., Kusmiyati., & Sugiyono. (2026). Pengaruh *Self Confidence* Terhadap Psikomotor Atlet Club Bola Voli Pawit Mulya. *PEDAGOGIC: Indonesian Journal of Science Education and Technology*, 6 (4), 3050-3058. <http://doi.org/10.54373/ijset.v6i4.7012>

PENDAHULUAN

Permainan bola voli merupakan olahraga beregu yang menuntut penguasaan teknik dasar, kondisi fisik, serta kesiapan psikologis agar atlet mampu menampilkan performa secara optimal. Selain kemampuan teknik seperti *passing*, servis, *smash*, dan *blocking*, atlet juga dituntut memiliki koordinasi gerak, ketepatan pengambilan keputusan, serta kemampuan mengendalikan tekanan selama latihan maupun pertandingan (Harsono, 2015). Oleh karena itu, pencapaian prestasi dalam bola voli tidak hanya ditentukan oleh aspek fisik, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor psikologis.

Salah satu aspek yang berperan dalam performa atlet adalah kemampuan psikomotor, yaitu kemampuan menampilkan keterampilan gerak secara terkoordinasi, tepat, dan efisien (Simpson, 1972). Kemampuan ini menjadi dasar dalam penguasaan teknik permainan bola voli. Namun, penguasaan keterampilan gerak tidak hanya dipengaruhi oleh intensitas latihan, melainkan juga oleh kondisi psikologis atlet. Salah satu faktor psikologis yang diduga berpengaruh adalah *self confidence*, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas atau menghadapi tantangan (Bandura, 1997; Lauster, 2012). Atlet yang memiliki *self confidence* tinggi cenderung lebih berani mencoba teknik baru, mampu mengambil keputusan dengan cepat, serta tidak mudah terpengaruh oleh rasa takut melakukan kesalahan.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *self confidence* memiliki hubungan positif dengan performa olahraga. Penelitian Mustopa et al. (2025) menunjukkan bahwa peningkatan kepercayaan diri melalui latihan mental mampu memperbaiki performa atlet bola voli. Penelitian Vantoria et al. (2023) juga menemukan bahwa *self-efficacy* berkorelasi positif dengan kemampuan atlet dalam menampilkan keterampilan olahraga. Meskipun demikian, sebagian besar penelitian masih berfokus pada performa atau prestasi atlet secara umum, sedangkan penelitian yang secara khusus menganalisis pengaruh *self confidence* terhadap kemampuan psikomotor atlet bola voli pada tingkat klub masih relatif terbatas. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya penelitian lebih lanjut untuk memberikan bukti empiris mengenai hubungan kedua variabel tersebut.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan pelatih Club Bola Voli Pawit Mulya pada bulan Maret 2026, ditemukan bahwa 8 dari 14 atlet (57,1%) masih menunjukkan keraguan ketika melakukan teknik dasar, terutama *passing*, servis, dan *smash*. Selain itu, pelatih mengungkapkan bahwa beberapa atlet cenderung pasif saat latihan, enggan mencoba variasi teknik baru, serta kurang percaya diri ketika melakukan simulasi pertandingan. Hasil pengamatan juga menunjukkan bahwa atlet yang tampak ragu-ragu lebih sering melakukan

kesalahan teknik dibandingkan atlet yang memiliki kepercayaan diri lebih tinggi. Temuan awal tersebut mengindikasikan bahwa aspek psikologis, khususnya *self confidence*, diduga turut memengaruhi kemampuan psikomotor atlet selama proses latihan.

Permasalahan tersebut penting untuk dikaji karena program pembinaan atlet selama ini umumnya lebih menitikberatkan pada peningkatan aspek fisik dan teknik, sementara aspek psikologis belum memperoleh perhatian yang memadai. Padahal, informasi mengenai besarnya pengaruh *self confidence* terhadap kemampuan psikomotor dapat menjadi dasar bagi pelatih dalam menyusun program latihan yang lebih komprehensif dengan mengintegrasikan pembinaan mental dan latihan teknik. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan bukti empiris mengenai hubungan *self confidence* dan kemampuan psikomotor, tetapi juga menjadi masukan bagi pengembangan strategi pembinaan atlet bola voli.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa kemampuan psikomotor atlet tidak hanya dipengaruhi oleh latihan fisik dan penguasaan teknik, tetapi juga oleh aspek psikologis, khususnya *self confidence*. Meskipun berbagai penelitian telah membahas pentingnya kepercayaan diri dalam meningkatkan performa olahraga, kajian yang secara khusus menganalisis pengaruh *self confidence* terhadap kemampuan psikomotor pada atlet bola voli tingkat klub masih relatif terbatas, terutama pada klub pembinaan daerah. Kondisi ini menunjukkan perlunya penelitian yang memberikan bukti empiris mengenai hubungan kedua variabel tersebut sebagai dasar penyusunan program latihan yang lebih komprehensif. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *self confidence* terhadap kemampuan psikomotor atlet Club Bola Voli Pawit Mulya. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi masukan bagi pelatih dalam merancang program pembinaan yang tidak hanya berorientasi pada peningkatan aspek fisik dan teknik, tetapi juga pada pengembangan aspek psikologis atlet guna mendukung pencapaian performa yang optimal.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self confidence* terhadap kemampuan psikomotor atlet Club Bola Voli Pawit Mulya. Penelitian korelasional digunakan untuk menganalisis hubungan dan besarnya pengaruh antara variabel bebas (*self confidence*) dengan variabel terikat (kemampuan psikomotor) tanpa memberikan perlakuan (treatment) kepada subjek penelitian.

Penelitian dilaksanakan di Club Bola Voli Pawit Mulya. Populasi penelitian adalah seluruh atlet Club Bola Voli Pawit Mulya yang berjumlah 14 atlet. Karena jumlah populasi relatif kecil, teknik pengambilan sampel menggunakan sampling jenuh (*total sampling*), sehingga seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket dan observasi. Angket digunakan untuk mengukur tingkat *self confidence* atlet dengan skala Likert lima tingkat, mulai dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju. Kemampuan psikomotor atlet diukur menggunakan lembar observasi yang disusun berdasarkan indikator keterampilan gerak dalam permainan bola voli. Sebelum digunakan, instrumen penelitian diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi *Product Moment Pearson*, sedangkan uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* dengan bantuan *IBM SPSS Statistics versi 16.0*. Instrumen dinyatakan valid apabila nilai r hitung $> r$ tabel pada taraf signifikansi 0,05, sedangkan instrumen dinyatakan reliabel apabila memiliki nilai *Cronbach's Alpha* $\geq 0,70$. Sebelum pengujian hipotesis, dilakukan uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*. Data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$).

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linier sederhana untuk mengetahui besarnya pengaruh *self confidence* (X) terhadap kemampuan psikomotor atlet (Y). Selain itu, koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk mengetahui besarnya kontribusi variabel *self confidence* terhadap kemampuan psikomotor atlet. Signifikansi pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat diuji menggunakan uji t pada taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$). Seluruh proses analisis data dilakukan dengan bantuan *IBM SPSS Statistics versi 16.0*.

HASIL

Uji Normalitas

Tabel 1. Hasil uji normalitas variabel *self confidence* dan kemampuan psikomotor

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
self_confidence	.223	14	.057	.892	14	.086
psikomotor	.202	14	.128	.897	14	.100

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk*, diperoleh nilai signifikansi variabel *self confidence* sebesar 0,086 dan variabel kemampuan psikomotor sebesar 0,100. Kedua nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa

data kedua variabel berdistribusi normal. Dengan demikian, data memenuhi salah satu prasyarat untuk dilakukan analisis regresi linier sederhana.

Uji Regresi Sederhana

Analisis regresi linier sederhana dilakukan untuk mengetahui besarnya pengaruh *self confidence* terhadap kemampuan psikomotor atlet Club Bola Voli Pawit Mulya.

Tabel 2. Hasil analisis regresi linier sederhana

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.992 ^a	.984	.983	.29534

Berdasarkan Tabel 2 diperoleh nilai R sebesar 0,992, yang menunjukkan bahwa hubungan antara *self confidence* dengan kemampuan psikomotor atlet berada pada kategori sangat kuat. Nilai R Square (R^2) sebesar 0,984 menunjukkan bahwa 98,4% variasi kemampuan psikomotor dapat dijelaskan oleh variabel *self confidence*, sedangkan 1,6% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian. Nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,983 menunjukkan bahwa setelah disesuaikan dengan jumlah sampel penelitian, kemampuan variabel *self confidence* dalam menjelaskan variasi kemampuan psikomotor tetap sangat tinggi, yaitu sebesar 98,3%. Temuan ini menunjukkan bahwa *self confidence* memiliki kontribusi yang sangat besar terhadap kemampuan psikomotor atlet bola voli.

Uji Signifikansi Model Regresi

Tabel 3. Hasil Uji ANOVA

ANOVA ^b						
	Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	63.882	1	63.882	732.353	.000 ^a
	Residual	1.047	12	.087		
	Total	64.929	13			

Berdasarkan hasil uji ANOVA diperoleh nilai F_{hitung} sebesar 732,353 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai tersebut lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ($p < 0,05$), sehingga model regresi dinyatakan signifikan. Hasil ini menunjukkan bahwa model regresi yang dibangun layak digunakan untuk menjelaskan hubungan antara *self confidence* dengan kemampuan psikomotor atlet Club Bola Voli Pawit Mulya.

Uji Hipotesis

Tabel 4. Hasil uji t koefisien regresi

Variabel	B	Std. Error	t	Sig.
Constant	3.117	1.564	1.945	0.054
Self Confidence	.475	.521	5.118	0.000

Berdasarkan hasil uji koefisien regresi (uji t), diperoleh nilai signifikansi variabel *self confidence* sebesar $<0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hasil tersebut menunjukkan bahwa *self confidence* berpengaruh signifikan terhadap kemampuan psikomotor atlet Club Bola Voli Pawit Mulya. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat *self confidence* yang dimiliki atlet, semakin baik pula kemampuan psikomotor yang ditunjukkan.

DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self confidence* berpengaruh signifikan terhadap kemampuan psikomotor atlet Club Bola Voli Pawit Mulya, yang ditunjukkan oleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Selain itu, nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,984 menunjukkan bahwa sebagian besar variasi kemampuan psikomotor atlet dalam penelitian ini dapat dijelaskan oleh tingkat *self confidence* yang dimiliki atlet. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa aspek psikologis merupakan faktor yang berkontribusi terhadap keberhasilan atlet dalam menampilkan keterampilan gerak selama latihan maupun pertandingan.

Temuan ini dapat dijelaskan melalui Teori *Social Cognitive* Bandura yang menyatakan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya (*self-efficacy/self confidence*) memengaruhi pilihan perilaku, besarnya usaha yang diberikan, ketekunan menghadapi kesulitan, serta performa yang ditampilkan (Bandura, 1997). Atlet yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung berani mencoba keterampilan baru, lebih mampu mengendalikan kecemasan ketika melakukan gerakan, serta tetap bertahan ketika mengalami kegagalan. Sebaliknya, atlet dengan *self confidence* rendah lebih mudah ragu-ragu sehingga koordinasi gerak dan pelaksanaan teknik menjadi kurang optimal. Dengan demikian, pengaruh *self confidence* terhadap kemampuan psikomotor tidak terjadi secara langsung, tetapi melalui peningkatan motivasi, keberanian mengambil keputusan, dan konsistensi dalam proses latihan.

Hasil observasi selama penelitian memperkuat temuan tersebut. Atlet yang memiliki *self confidence* lebih tinggi tampak lebih aktif mengikuti latihan, berani melakukan variasi teknik passing, servis, smash, maupun *blocking*, serta lebih cepat memperbaiki kesalahan setelah memperoleh umpan balik dari pelatih. Sebaliknya, atlet yang memiliki *self confidence* rendah

cenderung menunggu instruksi, kurang berani mengambil risiko, dan sering menghentikan gerakan ketika melakukan kesalahan. Kondisi ini menunjukkan bahwa *self confidence* berperan dalam meningkatkan kualitas keterlibatan atlet selama proses latihan, sehingga kesempatan untuk menguasai keterampilan psikomotor menjadi lebih besar.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Mustopa et al. (2025) yang menunjukkan bahwa latihan mental mampu meningkatkan kepercayaan diri atlet bola voli sehingga berdampak pada peningkatan kualitas penampilan atlet selama latihan dan pertandingan. Penelitian Noviyani et al. (2026) juga menunjukkan bahwa atlet bola voli dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi memiliki kesiapan psikologis yang lebih baik dan mampu mempertahankan performa ketika menghadapi tekanan kompetisi. Selain itu, penelitian Vantoria et al. (2023) menemukan bahwa *self-efficacy* atlet bola voli berhubungan dengan kualitas penampilan teknik selama mengikuti kegiatan olahraga. Hasil-hasil tersebut memperkuat temuan penelitian ini bahwa faktor psikologis merupakan salah satu komponen penting yang mendukung perkembangan kemampuan psikomotor atlet. Meskipun demikian, nilai koefisien determinasi yang sangat tinggi (98,4%) perlu diinterpretasikan secara hati-hati. Besarnya kontribusi tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh jumlah sampel yang relatif kecil, yaitu hanya 14 atlet yang berasal dari satu klub. Oleh karena itu, hasil penelitian ini lebih tepat menggambarkan kondisi atlet pada Club Bola Voli Pawit Mulya dan belum dapat digeneralisasikan pada populasi atlet bola voli secara luas. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah responden yang lebih besar serta memasukkan variabel lain, seperti motivasi berprestasi, kecemasan bertanding, pengalaman latihan, maupun dukungan pelatih agar model yang dihasilkan menjadi lebih komprehensif.

Secara praktis, hasil penelitian menunjukkan bahwa pembinaan prestasi olahraga tidak cukup hanya berfokus pada peningkatan kemampuan fisik dan teknik, tetapi juga perlu memperhatikan pengembangan aspek psikologis atlet. Pelatih dapat meningkatkan *self confidence* melalui pemberian pengalaman keberhasilan secara bertahap (*mastery experience*), umpan balik positif, pemodelan dari atlet yang lebih berpengalaman (*vicarious experience*), serta dukungan verbal selama latihan. Strategi tersebut sesuai dengan sumber pembentukan *self-efficacy* yang dikemukakan Bandura sehingga diharapkan mampu meningkatkan kemampuan psikomotor atlet secara berkelanjutan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa *self confidence* berpengaruh positif dan signifikan terhadap kemampuan psikomotor atlet Club Bola Voli Pawit Mulya. Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($< 0,05$), sehingga hipotesis penelitian diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self confidence* yang dimiliki atlet, maka semakin baik pula kemampuan psikomotor yang ditunjukkan dalam pelaksanaan teknik dasar bola voli. Besarnya koefisien determinasi ($R^2 = 0,984$) menunjukkan bahwa *self confidence* memberikan kontribusi sebesar 98,4% terhadap variasi kemampuan psikomotor atlet, sedangkan 1,6% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian, seperti kondisi fisik, pengalaman latihan, motivasi, maupun faktor psikologis lainnya. Hasil ini menegaskan bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu faktor penting yang mendukung penguasaan keterampilan gerak dan performa atlet dalam permainan bola voli.

Implikasi penelitian ini adalah pelatih tidak hanya perlu memfokuskan pembinaan pada aspek teknik dan fisik, tetapi juga mengembangkan program yang mampu meningkatkan *self confidence* atlet, misalnya melalui pemberian umpan balik positif, penetapan target latihan yang bertahap, pemberian kesempatan memperoleh pengalaman keberhasilan (*mastery experience*), serta menciptakan lingkungan latihan yang mendukung. Dengan demikian, peningkatan *self confidence* diharapkan dapat berkontribusi pada optimalisasi kemampuan psikomotor dan performa atlet secara berkelanjutan.

REKOMENDASI

Berdasarkan hasil penelitian, beberapa rekomendasi yang dapat diberikan adalah sebagai berikut.

- Bagi pelatih, disarankan untuk tidak hanya memfokuskan program latihan pada aspek teknik dan fisik, tetapi juga mengembangkan aspek psikologis atlet, khususnya *self confidence*. Hal tersebut dapat dilakukan melalui pemberian umpan balik positif, penghargaan terhadap pencapaian atlet, kesempatan memperoleh pengalaman keberhasilan secara bertahap, serta menciptakan suasana latihan yang mendukung dan tidak menimbulkan kecemasan.
- Bagi atlet, diharapkan dapat terus meningkatkan rasa percaya diri melalui latihan yang konsisten, evaluasi diri, serta membangun keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki agar mampu menampilkan keterampilan psikomotor secara optimal dalam latihan maupun pertandingan.

- Bagi klub atau pembina olahraga, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun program pembinaan atlet yang mengintegrasikan latihan fisik, teknik, dan mental secara seimbang sehingga perkembangan performa atlet dapat berlangsung secara lebih optimal.
- Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melibatkan jumlah sampel yang lebih besar dan berasal dari beberapa klub atau cabang olahraga sehingga hasil penelitian memiliki daya generalisasi yang lebih luas. Penelitian berikutnya juga dapat menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi kemampuan psikomotor, seperti motivasi berprestasi, self-efficacy, kecemasan bertanding, pengalaman latihan, atau kondisi fisik atlet, serta menggunakan desain penelitian yang lebih kuat untuk memperoleh bukti empiris yang lebih komprehensif.

REFERENSI

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
- Bloom, B. S. (1979). Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals. Longman.
- Beutelstahl, D. (2013). Belajar bermain bola voli. Pionir Jaya.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan olahraga: Teori dan metodologi*. PT Remaja Rosdakarya.
- Lauster, P. (2012). Tes kepribadian (D. H. Gulo, Trans.). Bumi Aksara.
- Machida, M., Otten, M., Magyar, T. M., Vealey, R. S., & Ward, R. M. (2017). Examining multidimensional sport-confidence in athletes and its relationship to performance. *Journal of Sport Behavior*, 40(2), 123–145.
- Masrurroh, N., dkk. (2019). Pengaruh self confidence terhadap hasil belajar peserta didik. *Jurnal Pendidikan*, 4(2), 95–103.
- Mustopa, S. N., Kosasih, A. H., & Permadi, A. A. (2025). Pengaruh latihan mental terhadap kepercayaan diri atlet bola voli di Club GIB. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 9(2).
- Noviyani, N., Rahman, A. A., & Susilawati, D. (2026). Analisis rasa percaya diri dan burnout atlet bola voli BK Porda Putra Sumedang sebelum bertanding. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 9(3).
- Nurzaman. (2017). Pengaruh kepercayaan diri terhadap aktivitas pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 13(1), 45–53.
- Rosidin, I., dkk. (2019). Self confidence peserta didik dalam proses pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 8(2), 112–120.
- Simpson, E. J. (1972). *The classification of educational objectives in the psychomotor domain*. Gryphon House.
- Solihin. (2015). Pembentukan kepercayaan diri melalui pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 7(1), 35–43.
- Sukintaka. (2004). *Teori pendidikan jasmani: Filosofi, pembelajaran, dan masa depan*. Nuansa.
- Vantoria, E. N., Ilahi, B. R., & Pujiyanto, D. (2023). Self efficacy siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMK Negeri 1 Kota Bengkulu. *SPORT GYMNASTICS: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(2), 289–298.
- Yusnita. (2010). *Hubungan kepercayaan diri dengan prestasi belajar siswa*. Universitas Negeri Padang.